

„un glaubliche Wahrheiten über Motivation!“

Jeden Tag benötigen wir Motivation. Für uns selbst und oft auch für unser Gegenüber. Doch wo kommt sie her, die Motivation?

Was bringt uns dazu, uns für eine Sache richtig ins Zeug zu legen? Uns vielleicht selbst übertreffen zu wollen? Warum kapitulieren wir oftmals bevor wir unser Ziel erreicht haben? Was haben Zufriedenheit und Erfolg mit Motivation zu tun? Was können wir für uns und für unser Gegenüber im täglichen Alltag tun, um mehr Spaß zu haben und dadurch auch automatisch mehr zu erreichen? In diesem Seminar erhalten Sie Motivierungsstrategien für den privaten und den beruflichen Alltag.

Seminarinhalte:

- Definition und Herkunft des Wortes „Motivation“
- Geschichten und Aspekte aus der Gehirnforschung
- Die Kraft von Emotionen
- Wie entstehen Wünsche und warum?
- Wie unsere Denkweise unseren Erfolg beeinflusst
- Szenarien aus dem ganz normalen Alltag
- Warum wir bei der Selbstmotivation oft scheitern
- Bedeutung von Negativ-, Positiv- und Selbstmotivation
- Situationen aus dem Praxisgeschehen und dem Berufsleben
- Dauerhafte Motivierungs-Strategien für Alltag und Beruf

Dauer: 3 Stunden